

## МІСЦЕ СПОРТИВНОЇ БОРОТЬБИ У НАВЧАЛЬНИХ ПРОГРАМАХ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

В. І. Шандригось

Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

**Постановка проблеми.** Основною метою предмету «Основи здоров'я і фізична культура» є: «збереження і зміцнення здоров'я, розвиток основних фізичних якостей та рухових здібностей, підвищення рівня фізичної підготовленості учнів». Дана мета досягається через реалізацію програмного матеріалу, в якому поряд із базовою виділяється час на варіативну частину програми, яка пропонується, в залежності від умов регіону, школи, кадрового забезпечення, матеріал із боротьби [8].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Боротьба є одним з найпопулярніших видів спорту і здавна користується великою популярністю. Мабуть важко знайти хлопчика, який би не боровся хоча б раз у житті: на перерві між уроками, під час гри на річці або під час купання. Дітям дуже цікаво помірятися силами зі своїми однолітками. Популярність спортивної боротьби у дітей і підлітків пояснюється ще й тим, що вона дуже динамічна. Щоб вийти переможцем у сутичці, потрібно бути сильним, спритним, володіти швидкістю мислення [3, 21, 24 та інші].

На думку ряду авторів (Б.М. Рибалко, 1984; І.Г. Богдан, М.С. Дубовис, 1990; О.У. Утенов, 1991; С.В. Вороб'єв, 1996; В.І. Локштанов, 1998; Г. Звягинцев, Е. Гаткин, 1997; В.І. Шандригось, 2004 та ін.) заняття боротьбою розглядаються як один із ефективних засобів фізичної підготовки школярів дитячого і підліткового віку. Разом з тим аналіз літературних джерел показав, що цьому виду спорту у шкільній програмі приділяється все менше і менше уваги.

Дослідження проводилось відповідно до теми 2.1.6. Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2001—2005 р.р., Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України «Комплексний підхід до вирішення завдань фізичного виховання учнівської молоді».

**Формулювання цілей статті.** Метою проведеного нами дослідження було визначити місце боротьби у шкільних навчальних програмах з фізичної культури з 1919 до 2004 року.

Із методів дослідження нами використовувався теоретичний аналіз і синтез літературних джерел та зміст самих програм.

**Результати дослідження.** Для досягнення мети нами проаналізовано 20 шкільних програм з фізичної культури для учнів загальноосвітніх шкіл, при цьому основна увага приділялась розділам, що стосуються боротьби.

У 1919 році програми розроблялись вчителями, інспекторами або інструкторами фізичної культури і затверджувались губернськими науково-методичними радами. Зміст програм складали гімнастика (ходьба, біг, стрибки, лазіння) і так звані спортивні вправи: плавання, ходьба на лижах, біг на ковзанах, веслування, ігри (баскетбол, волейбол). Боротьба містилась у розділі «Гімнастика» і складала прийоми нападу та захисту. В програмі не враховувались статеві і вікові особливості школярів: дітям 9, 10, 11 і 12 років пропонувалось давати один навчальний матеріал.

Перша єдина «Програма фізичних вправ для шкіл», яка була розроблена Наркомосом, вийшла в світ у 1927 році, і у ній уже були сформульовані завдання фізичного виховання. Програма не передбачала переліку вправ, обов'язкових для засвоєння на уроках фізичної культури, а також конкретних нормативних вимог. Проте, в цій програмі були визначені засоби і методи уроку фізичної культури, названі форми організації занять. Засобами для вирішення завдань слугували: біг, ходьба, метання, балансування, опори, виси, упори, лазіння, танці, плавання, біг на лижах та ковзанах, прогулянки, рухливі ігри. Рекомендовані програмою антропометричні вимірювання і врахування досягнень учнів дозволяли вчителю визначати рівень фізичного розвитку і фізичну підготовленість дітей, у відповідності з цими даними проводити диференційоване навчання і судити про успішність учнів [1, 9].

У 1932 році була введена нова програма з фізичної культури, яка включала крім практичного і теоретичний матеріал. В програму вперше були введені

*Продовження на сторінці 35*

єдині нормативні вимоги, складені на основі комплексів ГПО і БГПО, які були провідними критеріями у більшості видів вправ. Основним підсумковим показником ефективності роботи школи з фізичного виховання, було обов'язкове виконання і здача учнями нормативних навчальних вимог. Всі фізичні вправи, що входили в програму, поділялись на: загально-підготовчі і прикладні вправи. До розділу прикладних вправ, поряд з іншими вправами, входили елементи боротьби, піднімання і перенесення тягарів [10].

У програмі 1934 року боротьба також входила до розділу прикладних вправ і містилась у підрозділі «вправи у захисті і нападі». Елементи боротьби включали: ігри з елементами опорів, перетягування («Бій за позиції», «У снігову атаку», однією, двома руками) на місці, з місця, по два, чотири чоловіки; перетягування групове в колі; натиск (проведення методом гри); боротьба за предмет і за місце—проведення методом гри. Вивчення цих елементів розпочиналось із II класу (2,5 год) і проводилось включно до XI класу (10 год) [11].

Підвищення матеріального благополуччя і культурного рівня населення, введення комплексу ГПО призвели до росту масовості фізкультурного руху. Значно підвищилась і майстерність спортсменів. Стали розширюватись їх зв'язки із спортсменами зарубіжних країн. Були створені дитячі спортивні школи. Все ширше елементи спорту стали проникати і втілюватись в фізичну культуру.

Починаючи із 1937 року навчальний матеріал у програмах класифікувався уже не за основними рухами, як у раніше створених програмах, а за видами спорту і був розподілений на основний і додатковий. Для оцінки засвоєння пройденого матеріалу наводились контрольні вправи і нормативні показники. На фізичну культуру у той період відводився один урок на тиждень [12].

У 1939 році, в зв'язку зі складним міжнародним становищем, шкільні програми з фізичного виховання були переглянуті. Перед фізкультурними організаціями постало завдання більш ширшого використання засобів фізичного виховання з метою зміцнення обороноздатності країни. У програми були включені початкова військова і допризовна підготовка, навички рукопашного бою.

У 1940 році була розроблена нова шкільна програма з фізичної культури. Вона складалась із загального матеріалу та матеріалу за вибором, до якого входили основні елементи боротьби [15]. В роки Великої Вітчизняної війни фізичне виховання було невід'ємною частиною військової підготовки і у 1942/43 навчальному році військово-фізична підготовка була введена для всіх школярів. На неї відводилось у I—II класах — 33, у III—IV — 66, у V—

VII — 99 год. і у VIII, IX, X класах, відповідно — 3, 4 і 5 годин на тиждень [18].

Уже в перші післявоєнні роки предмет «Фізична культура» в якості обов'язкового зайняв своє місце в загальноосвітній школі. Виникла потреба у створенні нової програми, яка і була розроблена в 1947 році. Програма відрізнялась від попередніх змістовною пояснювальною запискою, що орієнтувала вчителів на диференційований підхід до учнів, а також добре розробленими додатками, що містили опис примірних підготовчих вправ, ігор і складалась лише із основного матеріалу [20]. До її складу поряд із іншими видами були введені єдиноборства і перенесення тягарів.

Програма 1950 року, на відміну від попередніх, у певній мірі орієнтувалася на спортизацію фізичного виховання. Розпочинаючи із V класу вона містила елементи боротьби, які входили до складу розділу гімнастики і легкої атлетики і включали два підрозділи: «опори» (види перетягування, виштовхування, перештовхування, виривання із рук «супротивника» різних предметів і піднімання супротивника) і «перенесення вантажів» (види передач, піднімання, перекладання і перенесення на задану відстань різних предметів або людей певними способами) [23].

Затверджена у 1954 році програма більшою мірою характеризувалася спортивним спрямуванням, що було відображено, як пояснювальною запискою, так і змістом навчального матеріалу. Вперше у програму, окрім основного матеріалу, введено додатковий матеріал з окремих видів спорту. Багато видів фізичних вправ включаються в програму із року в рік на протязі всього курсу навчання в школі. При вивченні цих вправ вчитель повинен був звертати увагу не лише на кількісний ріст показників, але й на систематичне покращення якості виконання цих вправ [6].

Нова програма з фізичної культури для восьмирічних шкіл, була введена у 1960 році і значно відрізнялась від попередніх, як за структурою, так і за змістом. Вона складалась з двох частин. У першій частині був матеріал обов'язковий для всіх шкіл (теоретичний матеріал з гігієни фізичних вправ і навчальний матеріал за розділами: гімнастика, легка атлетика, лижний спорт, рухливі ігри і баскетбол), а у другій — був поданий матеріал для поглибленого засвоєння одного з перерахованих видів спорту, обраного кожною школою окремо. Ця програма відрізнялась від попередніх тим, що в ній не було навчальних нормативів (вони залишились тільки у випускних класах). Успіхи школярів пропонувалось оцінювати за рівнем засвоєння ними всього матеріалу, ступенем володіння руховими уміннями і навичками [14].

В середині 60-х р.р. державою був взятий курс на омолодження всіх збірних команд з різних видів спорту. Це не могло не вплинути на програму з фізичної культури 1967 року. Нова програма складалась із основного матеріалу та матеріалу на вибір, куди входила і спортивна боротьба. В старших класах обсяг нового матеріалу був дещо зменшений, але збільшилась кількість вправ, що застосовувались на уроці. За своїм характером уроки фізичної культури у певній мірі повинні були наближатись до спортивного тренування [10].

Наступна зміна змісту шкільного фізичного виховання розпочалась в 70-х роках, що відображалось у навчальних програмах. В програмі 1974 року боротьба відносилась до матеріалу за вибором. На її вивчення відводилось у 9 класі 12 годин, а у 10 класах — 10 год. Із основних груп елементів програма пропонує: вивчення спеціальних вправ борця; основ страхування і самострахування при виконанні технічних дій; елементів боротьби у партері і у стійці. Поряд із матеріалом для вивчення на уроці, з'являються домашні завдання (передня і задня підніжки, передня і задня підсічки, імітація кидків прогином, імітація кидків через спину тощо), а після проходження навчального матеріалу давались навчальні нормативи, які включали технічні дії у стійці, партері та кидки, їх виконання, захист і контрприйоми. [17].

Нова удосконалена програма з фізичної культури, затверджена у 1975 році, складалась лише з основного матеріалу, до якого, поряд з іншими видами спорту входила боротьба. Матеріал з боротьби поділявся на: теоретичні відомості, навички і уміння, орієнтовні домашні завдання. Що ж до вимог до учнів, то школярі в кінці проходження розділу спортивної боротьби повинні показати і назвати кілька прийомів у стійці і партері, а також вміти провести навчально-тренувальну сутичку у стійці і партері. Програмою були передбачені уроки з боротьби для хлопців 14—17 років (7—10-й класи) у другій чверті навчального року. У 7 і 8 класах боротьби було відведено по 8 уроків, у 9 і 10 класах по 10 уроків. Включення боротьби в уроки з фізичної культури, безумовно, сприяло розвитку масовості і популяризації цього виду спорту серед школярів [13, 19].

Вивчення роботи із удосконалення програми було продовжене після її затвердження і запровадження в школі. У 1977 році до неї були внесені зміни. В зв'язку з тим, що більшість учителів не були підготовлені до проведення занять з боротьби, у цьому розділі в подальшому були залишені лише найпростіші елементи єдиноборства.

Зміст програми 1983 року мало чим відрізнявся від попередніх і в певній мірі був спрямований на посилення фізичної підготовленості учнів і зміц-

нення здоров'я школярів. Ця програма не ставила за мету навчання учнів елементам різних видів спорту, але за побудовою і змістом вона майже не відрізнялась від попередніх програм. В цілому вона складалась із основного матеріалу, і лише програмний матеріал (для IX—X класів) з боротьби був на вибір [22].

З метою ліквідації жахливої картини стану здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей у 1985 році була введена «Комплексна програма фізичного виховання учнів I—XI класів загальноосвітньої школи». Відповідно до цієї програми навчальна робота з боротьби в школі була складовою навчального матеріалу розділу «Гімнастика» і мала розпочинатися з 8-го класу. У 9-му класі хлопці мали опанувати певні елементи єдиноборства і навчитися вправно застосовувати їх у рухливих іграх. У 10—11 класах програма навчання в школах, де є для цього необхідні умови, ускладнювалась: юнаки оволодівали прийомами спортивної боротьби в партері і стійці, набували навичок у проведенні поєдинків. На розділ «Елементи боротьби» (IX—X класи), передбачалось по 10 уроків у кожному класі. Зміст розділу «Елементи боротьби» включав: спеціальні вправи, основні положення борця, навчання кидкам при пересуванні і з одностороннім опором, боротьбу лежачи, прийоми боротьби стоячи, вільну сутичку та розвиток рухових якостей [7].

В організації шкільного фізичного виховання 90-х XX ст. років великого значення надавалось оздоровчому аспекту. У програмі 1993 року боротьба складається із аналогічного матеріалу (9—11 класи), але планується уже у формі спортивних секцій. Основна ж увага приділялась іншим видам спорту, які повинні були забезпечити високий рівень фізичного розвитку і фізичної підготовки учнів, і тим самим становити основу здоров'я школярів [4].

Не дивлячись на те, що матеріал із боротьби був введений у Державний стандарт освітньої галузі «Фізична культура і здоров'я» [2], у навчальній програмі з фізичної культури 1998 року вивчення елементів боротьби мало місце лише у варіативній частині [8].

В сучасній програмі «Основи здоров'я і фізична культура» (2001) [5], на жаль, місця для боротьби не знайшлося (навіть у варіативній частині, на відміну від атлетизму, загальної і спеціальної фізичної підготовки). Частково можна зрозуміти розробників шкільної програми. Навчальні програми у загальноосвітніх школах на даний час настільки ущільнені, що ввести новий розділ чи вид можна або лише за рахунок інших розділів чи видів, або шляхом збільшення кількості годин, а відповідно, кардинальної перебудови всього навчального плану.

## Висновки

1. Проаналізувавши навчальні програми з фізичної культури, слід зазначити, що до 70-х років ХХ ст. спортивна боротьба поступово поширювалась у програмах і посідала чільне місце, поряд із іншими видами. Починаючи із кінця 80-х років матеріал з боротьби поступово витісняється у варіативну частину програми, а потім і зовсім вилучається із неї.

2. Вилучення боротьби із шкільної програми було викликане певними труднощами, по-перше це: обладнання місць для занять боротьбою; підготовка і кваліфікація учителів фізичної культури. На нашу думку, для покращення відношення учнів загальноосвітніх шкіл до фізичної культури, підняття на більш високий рівень їхнього фізичного стану, слід ввести у програму з фізичної культури види спортивної боротьби, починаючи з початкових класів. Це в свою чергу, також буде одним із шляхів популяризації і розвитку спортивної боротьби серед учнів.

## Література

- Бондаревский Я.И., Кадетова А.В. О школьных программах по физической культуре // Физическая культура в школе. — 1987. — № 3. — С. 31—35; № 4. — С. 32—35.
- Вільчковський Е., Борисенко А., Зубалій М., Цвек С., Остапенко О., Стеценко А. Державний стандарт освітньої галузі «Фізична культура і здоров'я». Проект // Фізичне виховання в школі. — 1997. — № 1. — С. 3—12.
- Закорко І. Викладання основ спортивної боротьби на уроках фізичної культури в середній школі // Фізичне виховання в школі. — 2000. — № 2. — С. 53—55.
- Комплексні програми середньої загальноосвітньої школи. Фізична культура, 1—11 класи. — К.: «Освіта», 1993. — 56 с.
- Основи здоров'я і фізична культура: Програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1—11 класів. — К.: Початкова школа, 2001. — 112 с.
- Програма з фізичної культури для учнів середньої школи. — К., 1954. — 28 с.
- Програми восьмирічної і середньої школи. Комплексна програма фізичного виховання учнів І—ХІ класів загальноосвітньої школи. — К.: Радянська школа, 1986. — 48 с.
- Програми для загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура І—ХІ класи. — К.: Перун, 1998. — 64 с.
- Програми для українських сільських шкіл І ступеня. — М.: Центральне видавництво народів СРСР, 1928. — 104 с.
- Програми початкової школи (міської і сільської). — М., 1932. — С. 5—7.
- Програми початкової і середньої школи. — Х.: Радянська школа, 1934. — Ч. І. — 150 с.; Ч. ІІ. — 352 с.
- Програми початкової школи. — К.: Радянська школа, 1937. — 128 с.
- Програми середньої школи. Фізична культура, 9—10 класи. — К.: Радянська школа, 1976. — 56 с.
- Программа по физической культуре // Физическая культура в школе. — 1961. — № 11. — С. 21; № 12. — С. 35—48.
- Программа по физической культуре для средней школы. — М., 1942. — С. 3.
- Программа средней школы по физической культуре // Физическая культура в школе. — 1967. — № 2. — С. 23—56.
- Программы для средней школы. Физическая культура, 9—10 классы. — К.: Радянська школа, 1974. — 56 с.
- Программы начальной школы. — М.: НКП РСФСР, 1943. — 129 с.
- Программа по физической культуре для IV—VIII классов общеобразовательной школы // Физическая культура в школе. — 1975. — № 4. — С. 13—31.
- Программы средней школы. — М.: Издательство детской книги Детгиза, 1947. — 127 с.
- Соколов А.И. Спортивная борьба в школе // Спортивная борьба. Ежегодник. 1976. — С. 43—44.
- Фізичне виховання шкільної України (Аналітичний звіт про засідання круглого столу) // Фізичне виховання в школі. — 1999. — № 1. — С. 51—55.
- Физическое воспитание учащихся V—VII классов семилетних и средних школ: Программа и организационно-методические указания. — К.: Радянська школа, 1950. — 100 с.
- Шандригось В.І. Спортивна боротьба як засіб фізичного виховання школярів // Наукові записки ТДПУ. Серія: Педагогіка. — 2004. — № 4. — С. 61—64.